

献立表 普通食

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日			
						1		2		3			
						御飯 さばの塩焼き かぼちゃの甘煮 白菜のみそ汁		米 さば 塩 かぼちゃ しょうゆ 砂糖 かつおだし汁 はくさい たまねぎ にんじん ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ		文化の日			
						お茶 わかめおにぎり		御飯 ポークチャップ ひじきとツナのサラダ 野菜スープ				米 豚肉(肩ロース) たまねぎ にんじん 油 しょうゆ クチャップ ウスターソース きび砂糖 ひじき ツナ水煮缶 キャベツ にんじん マヨドレ しょうゆ たまねぎ じゃがいも にんじん 鶏がらスープ 塩 しょうゆ	
						牛乳 りんごのコンポート		牛乳 りんご きび砂糖 レモン果汁 水					
5		6		7		8		9		10			
御飯 鶏すき 三色なます 玉ねぎのみそ汁		米 鶏もも肉 たまねぎ しらたき 焼き豆腐 キャベツ にんじん ねぎ きび砂糖 しょうゆ みりん 酒 油 にんじん だいこん きゅうり 酢 きび砂糖 塩 しょうゆ たまねぎ にんじん カットわかめ かつお・昆布だし汁 みそ		御飯 鮭のカレーパン粉焼き はつれん草とコーンのマヨあえ 人参のみそ汁		米 さけ 塩 パン粉 カレー粉 ほうれん草 にんじん コーン缶 しょうゆ マヨドレ にんじん たまねぎ かぼちゃ かつおだし汁 みそ		ロールパン クリームシチュー(鶏肉) 大豆のころころサラダ りんご		米 ロールパン 鶏もも肉 にんじん たまねぎ じゃがいも ブロッコリー 塩 こしょう シチュールウ だいす水煮缶詰 きゅうり にんじん マヨドレ しょうゆ りんご		中華あんかけ丼 きのこのスープ チーズ	
牛乳 ツナスパゲティ		飲むヨーグルト せんべい・クッキー		飲むヨーグルト 乳児せんべい(0,1) ウエハース(0~2) ハッピーターン(2~5) パウムクーヘン(3~5)		お茶 手作りふりかけおにぎり		牛乳 ジャムサンド		牛乳 みたらし団子		牛乳 せんべい・クッキー	
12		13		14		15		16		17			
御飯 さんまの塩焼き(2~5歳児) カレイの照焼(0,1歳児) 小松菜の納豆和え きのこ汁		米 さんま 塩 カレイ みりん しょうゆ 酒 きび砂糖油 こまつな にんじん 挽きわり納豆 しょうゆ しめじ えのきたけ にんじん ねぎ かつおだし汁 しょうゆ みりん 塩		御飯 さわらの照り焼き 白菜のゆかり和え わかめのみそ汁		米 さわら みりん しょうゆ 酒 きび砂糖 油 はくさい にんじん ゆかり しょうゆ たまねぎ にんじん カットわかめ かつお・昆布だし汁 みそ		豚丼 じゃがコーンサラダ たまねぎのみそ汁 ゼリー		米 豚肉(ロース) たまねぎ キャベツ にんじん しょうゆ きび砂糖 酒 みりん じゃがいも コーン缶 にんじん マヨドレ はくさい たまねぎ にんじん ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ ゼリー		御飯 鶏肉の照焼丼 野菜スープ チーズ	
牛乳 きな粉ポテト		豆乳ジュース せんべい・クッキー		豆乳 野菜ジュース 乳児せんべい(0,1) ウエハース(0~2) ハッピーターン(2~5) パウムクーヘン(3~5)		牛乳 ココアケーキ		牛乳 マシュマロリッツサンド		牛乳 ミルクパン		牛乳 せんべい・クッキー	
19		20		21		22		23		24			
御飯 チキンカレー コーンマヨサラダ 柿		米 米 鶏もも肉 じゃがいも たまねぎ にんじん グリンピース 油 カレールウ キャベツ きゅうり にんじん コーン缶 マヨドレ かき		御飯 さばのみそ煮 ほうれん草とツナのアえ物 豆腐のすまし汁		米 さば しょうが みそ きび砂糖 みりん 酒 ほうれん草 にんじん ツナ水煮缶 しょうゆ 油揚げ にんじん 木綿豆腐 ねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 塩 みりん		鶏の唐揚げ ポテトサラダ 野菜スープ		米 まぐろの竜田揚げ 大根のゆかり和え 豆腐のみそ汁		勤労感謝の日	
牛乳 ナポリタン		お茶 ヨーグルト・クッキー		ほうじ茶 ヨーグルト(加糖) ウエハース(0~2) ミレービスケット(3~5)		牛乳 イチゴジャムケーキ		牛乳 きなこもち		パン チーズ ゼリー			
26		27		28		29		30		牛乳 せんべい・クッキー			
御飯 回鍋肉 春雨サラダ にらスープ お茶 コーンフレーク		米 豚肉(肩ロース) にんじん キャベツ たまねぎ ピーマン しいたけ 油 みそ きび砂糖 酒 しょうゆ はるさめ にんじん きゅうり 酢 しょうゆ きび砂糖 こま油 にら にんじん えのきたけ 水 中華だしの素 塩 しょうゆ ほうじ茶 コーンフレーク 牛乳 干しぶどう		御飯 鮭の西京焼き 大根と水菜のサラダ 白菜すまし汁		米 さけ みそ きび砂糖 酒 みりん 油 だいこん 水菜 にんじん オリーブ油 しょうゆ 酢 きび砂糖 塩 はくさい えのきたけ ねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 塩 みりん		豚肉と青菜の炒め物 さつま芋のサラダ たまねぎのみそ汁		米 豚肉(肩ロース) こまつな にんじん たまねぎ しょうゆ きび砂糖 みりん こしょう 油 さつま芋 にんじん たまねぎ マヨドレ カットわかめ にんじん たまねぎ かつお・昆布だし汁 みそ		まぜいなり寿司 大根と鶏肉の煮物 おつゆ麩のみそ汁 バナナ	
						牛乳 バナナケーキ		牛乳 菜っ葉おにぎり		牛乳 焼きそば			